



# Merluza ao molho verde (textura modificada)

## Ingredientes (para duas porções)

220 g de merluza

50 g de batata sem casca

20 g de salsinha

2 colheres (sopa) de azeite de oliva

15 g de caldo de peixe

1 dente de alho

Sal (restringir em caso de hipertensão ou retenção de líquidos)

Pimenta

## Preparo

1. Em uma panela com água, cozinhar durante 1 minuto a merluza cortada em pedaços. Retirar e reservar.
2. Na mesma panela, cozinhar a batata até ficar macia. Escorrer e reservar o caldo
3. Em uma frigideira, colocar o azeite, refogar o alho e acrescentar a salsinha. Retirar, acrescentar o 1 colher sopa do caldo de peixe, processar e coar.
4. Em outro recipiente, misturar a batata com o peixe e uma colher de sopa de azeite. Processar tudo até ficar homogêneo e fino. Temperar com sal e pimenta.
5. Servir o purê e o molho por cima. Antes de comer, misturá-los bem misturados no prato para que sejam comidos juntos e se obtenha a textura correspondente.